

Målen för Me-We är:

- Att **systematisera kunskap** om unga omsorgsgivare i sex europeiska länder (Sverige, Slovenien, Italien, Nederländerna, Schweiz och Storbritannien) genom att:
 - ▶ identifiera och kartlägga deras profiler, behov och preferenser;
 - ▶ analysera nationella ramar för såväl samhällstjänster som politiska och rättsliga aspekter;
 - ▶ granska god praxis, sociala innovationer och evidens;
- Att, tillsammans med unga omsorgsgivare, **samskapa**, utveckla och testa **ett ramverk av effektiva och multikomponenta förebyggande psykosociala insatser** med fokus på att främja deras psykiska hälsa och välbefinnande, samt att anpassa detta ramverk till sex europeiska länder som befinner sig i varierande stadier av medvetenhet och utveckling av tjänster för unga omsorgsgivare;
- Att **få till stånd ett gränsöverskridande kunskapsutbyte, samt aktiviteter för spridning av kunskap**, främjande av medvetenhet och påverkan, genom att sprida resultaten bland relevanta intressenter på nationell, europeisk och internationell nivå.

För första gången kommer ett storskaligt program att kunna påvisa effekterna av en omfattande primärt förebyggande intervention för att stärka unga omsorgsgivares motståndskraft, så att de negativa följderna av ett omsorgsansvar kan motverkas genom förbättrade sociala och individuella copingresurser.

Under projektiden (Januari 2018 - Mars 2021), men även fortsättningsvis, förväntas projektet bidra till ökad hälsorelaterad jämlikhet och positiva följder för samhället som helhet, samt minskad förekomst av psykisk ohälsa, samsjuklighet och lusslånga socioekonomiska nackdelar.



Projektet har fått ekonomiskt stöd från den Europeiska unionens Horisont 2020 forskning- och innovationsprogram enligt avtal nr 754702

Europeiska kommissionens stöd till produktionen av denna publikation har inte påverkat innehållet, vilket endast återspeglar författarnas synpunkter, och kommissionen kan inte hållas ansvarig för användning av uppgifterna i publikationen.

Projektpartners

Linnéuniversitetet (Koordinator)	Sverige	Linnæus University
Eurocarers	Belgien	EUROCARERS EUROPEAN ASSOCIATION WORKING FOR CARERS
University of Sussex	Storbritannien	US UNIVERSITY OF SUSSEX
Carers Trust	Storbritannien	carerstrust action · help · advice
Kalaidos University of Applied Sciences	Schweiz	Kalaidos University of Applied Sciences Switzerland The University for Professionals.
Netherlands Institute for Social Research	Nederländerna	The Netherlands Institute for Social Research
Vilans	Nederländerna	Vilans
National Institute of Health and Science on Ageing	Italien	
Not Only Older People	Italien	Anziani e non solo ANS Società cooperativa
University of Ljubljana	Slovenien	University of Ljubljana Faculty of Social Sciences

För mer information: www.me-we.eu

Kontakt: elizabeth.hanson@lnu.se

#youngcarers



Psykosocialt stöd för att främja psykisk hälsa och välbefinnande bland unga omsorgsgivare i Europa (Me-We)

Hur många unga omsorgsgivare finns det och vilka är de?

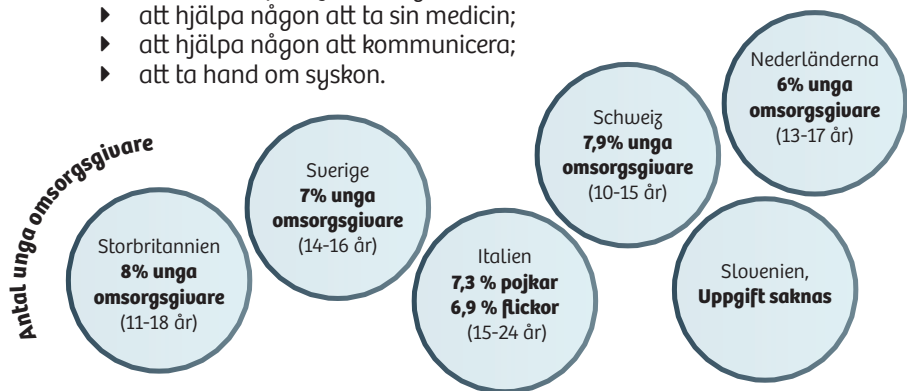
Unga omsorgsgivare är "barn och ungdomar under 18 år, som ger vård, hjälp, eller stöd till någon familjemedlem. De utför regelbundet betydande eller omfattande vårdande och stödjande uppgifter, vilket innebär att de tar på sig ett ansvar som kan jämföras med ett vuxenansvar. Den person som tar emot vården och stödet är ofta en förälder, men kan även vara ett syskon, en morförälder, farförälder eller annan släkting eller vän som har en funktionsnedsättning, kronisk sjukdom, psykisk ohälsa, eller något annat tillstånd som innebär ett behov av vård, stöd eller tillsyn" (S. Becker).

Unga adolescent omsorgsgivare
15-17 år

Unga vuxna omsorgsgivare
18-24 år

De vårdande och stödjande uppgifter som unga omsorgsgivare utför kan innefatta:

- ▶ praktiska uppgifter (t. ex. matlagning, hushållsarbete och inköp till hushållet);
- ▶ fysisk vård (t. ex. att hjälpa någon ur sängen);
- ▶ emotionellt stöd (t. ex. att samtala med någon som är orolig);
- ▶ personlig vård (t. ex. att hjälpa någon att klä sig);
- ▶ att hantera familjens budget;
- ▶ att hjälpa någon att ta sin medicin;
- ▶ att hjälpa någon att kommunicera;
- ▶ att ta hand om syskon.



Omsorgsansvarets inverkan på ungdomarnas psykiska hälsa, välbefinnande och möjligheter i livet

Psykisk hälsa

Att ge vård och stöd till en närstående kan ge en känsla av tillfredsställelse och unga omsorgsgivare kan uppleva en rad positiva aspekter såsom ökad självkänsla, empatisk förmåga och mognad. Samtidigt kan ansvaret medföra mycket press, som kan bli särskilt överväldigande när unga omsorgsgivare måste förena nya livsutmaningar (t. ex. i samband med övergången från gymnasieskola till universitetsstudier, inträde på arbetsmarknaden, eller vid bildandet av en egen familj) med sitt vårdande och stödjande ansvar. Den press som unga omsorgsgivare utsätts för kan betraktas som en riskfaktor för psykisk ohälsa.

Utbildning

Om unga omsorgsgivare inte får adekvat stöd kan deras omsorgsansvar medföra negativa konsekvenser för deras utbildning i form av låg prestation, frånvaro, eller avhopp från utbildning. Dessa kortsiktiga effekter kan, på längre sikt leda till låg anställningsbarhet, på grund av lägre utbildningsnivå och attityder till högre utbildning.

Socialt liv

Unga omsorgsgivare kan ha mindre tid över för personlig utveckling och fritid, samt svårigheter att interagera med andra ungdomar. De kan också bli utsatta för social stigmatisering och mobbning, vilket kan resultera i ett socialt utanförskap även på längre sikt.

"Att vara en ung omsorgsgivare är en erkänd riskfaktor för psykisk hälsa och välbefinnande och omkring 50% upplever en stress som kan relateras till omsorgsansvaret, medan omkring 40% har problem med sin psykiska hälsa." (Carers Trust, 2016)

Med siktet inställt på en stärkt psykisk motståndskraft och ökat socialt stöd för unga vuxna omsorgsgivare

Me-We-projektet syftar till att mildra riskfaktorerna för unga omsorgsgivare genom att stärka deras psykiska motståndskraft (processen att förhandla, hantera och anpassa sig till faktorer som utlöser stress eller trauma) och ge dem ett ökat socialt stöd (från familj, skolor, kamrater och samhällstjänster).

